

9 認知症の経過と対応(認知症ケアパス)

病気の種類や身体状況などにより、経過は異なり、必ずしも、この通りに経過をたどるわけではありませんが、この先の経過の中で、大まかな位置を知り、今後を見通す参考にして下さい。

	発症前→認知症かも？	認知症症状があるが、日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助けや介護が必要		常に介護が必要
本人の様子	●物忘れの自覚がある。 ●「あれ」「それ」「あの人」等という代名詞が多く出てくる。 ●何かヒントがあれば思いだせる。 ●転倒しやすくなる。 ●味覚が変わる。	●同じ事を何回もきく。 ●置き場所がわからず、探し回る。 ●約束したことを忘れる。 ●疲れる、音や光に敏感になる。 ●不安・いらいら・あせり・抑うつ・自信喪失。	●料理がうまくできない、ATMが使えない。 ●「物を盗られた」という。 ●買い物の際小銭が払えない。 ●話を取り繕って話す。 ●考えるスピードが遅くなる。同時に複数のことが処理できない。 ●気持ちを言葉でうまく伝えられない。	●季節に応じた服を選べない。 ●年齢を実際より、若く言う。 ●外出先から家に戻れない。 ●トイレの場所を間違えて排泄する。 ●夕方～夜間にかけて症状悪化の傾向がある。 ●食べ物をあるだけ食べてしまう。	●歩行が不安定になる。 ●着替えの動作ができない。 ●言葉が減る。 ●日中うつらうつらする。 ●声かけや介護を拒む。不快な音を立てる。 ●尿意や便意を感じにくくなる。 ●飲み込みが悪くなる。食事に介助が必要。	
記憶面		直近のことを覚えられない。	体験したことを忘れる。	いつどこで何をしたかなどの出来事を忘れる。		過去に獲得した記憶を失い、若い頃の記憶の世界で生きる。
見当識		時間や日にちがわからなくなる。		季節・年次がわからなくなる。		親しい人や家族が認識できなくなる。
対応のポイント	認知症予防のための生活に心がけましょう。 認知症を発症しても、進行を遅らせるという点では、生活の工夫は同じです。	◎大事な事や出来事をメモに書きとめる。 置き場所や段取りを張り紙にしておく。 ◎ゆっくり、短いことばで、一つずつ言う。 ◎否定しない、頼る、ほめる。 ◎時間の見当がつく工夫を デジタル時計や季節感のあるカレンダー。外の景色がみえる。 ◎不快な表情や態度はNG 人のしぐさや表情を読む力はむしろ敏感になります。 ◎「誤りなし学習」できないことはさせない 日付を覚えてもらおうとヒントを繰り返し、試行錯誤させると余計に混乱します。日付などは、「今日は何日です」と最初から正しい答えを示す方がベストです。 ◎自然の風や光に適度にあたる。 自然の風景はこころをリラックスさせてくれますし、日中の活動量が増えると良眠にもつながります。思い出の風景を散歩するだけでも、昔の所作がよみがえり、安心につながります。 ◎昔の思い出に触れたり、なじみの歌に親しむ 忘れたい出来事や思い出に触れると、その時の生き生きとした気持ちがよみがえり、今の自分と過去の自分につながりができるので、自分の存在を実感し、不安が軽減されます。 ◎スキンシップを大切に 言葉がうまく出なかったり、自分の意思を伝えるにくくなります。また、声かけの理解も十分できないので、手を握る、背中をさするなどスキンシップを心がけ、安心感を与えるようにしましょう。 ◎言葉以外のサインを大切に 言葉がうまく出なかったり、自分の意思を伝えるにくくなります。表情や手のしぐさなどから気持ちを読み取るように意識しましょう。 ◎できることもたくさん残っている。 生活の中で役割を。小さい孫の相手、草取り、花の世話など長年の知恵や経験をもとにできることがまだまだある時期です。				◎ 身体管理を十分に 体調が変化しやすい時期です。水分が適切にとれているか?必要な食事がとれているか?便秘や下痢などはおこしていないか?発熱していないか?など身体管理にも注意をするようにしましょう。身体状況の悪化がBPSDの原因になることも少なくありません。体調に変化があれば、早めに主治医に相談しましょう。
ご家族へ	カフェでは、物忘れの心配な方の予防や進行防止のための楽しい活動も行ってます。気軽に利用してください。	◎認知症の疾患や介護について勉強しましょう。 認知症を引き起こす疾患により、経過も介護の方法も異なります。また、間違った対応や介護は、本人の症状を悪化させる原因にもなります。認知症を正しく理解し、関わる人がうまく対応することでおだやかな経過をたどることも可能です。 ◎本人の親しい人や身近な信頼できる人には、病気のことを伝えておきましょう。 記憶障害の影響で、約束を忘れたり、電話の用件が伝えられないようなこともあります。また、病気のことを知らないために、心もとない言葉をかけられ、本人が傷ついている場合もあります。病気のことを伝えておくことで、それとなく見守ってくれるかもしれません。 ◎介護サービスを利用したり、家族のつどいの場を利用。 服薬管理や入浴・リハビリなど介護保険制度を利用できます。家族が休息する時間をとったり、ご本人が家族以外の人の介護になれておくと、いざという時に戸惑わずに済みます。 戸惑うような出来事が重なって、家族が最も苦しむ時期です。同じ立場の人の集まり(家族のつどいやカフェ)などで、話を聞いたり、自分の気持ちを話せる場を持つと少しは楽になると思います。介護の職員の力や智恵をうまく借り、過度の負担にならないようにしましょう。 ◎今後の生活設計(介護、金銭管理、財産等)についての備えをしておきましょう。 ◎認知症が進行した後の備えを 終末期の延命措置や栄養補給や医療をどの程度行うか、入院するかどうかなど、最期の時期をどこで迎えるかも含めてできるだけ本人の視点に立って相談しておきましょう。				
支援体制	サロン de すとれっち 本人家族の自由な集まりの場：iカフェ虹色・カフェみんなの家・青春Café照・にじカフェ・おはようカフェ・かふえより道(9ページ) 認知症予防講座 認知症が心配な時の相談先：かかりつけ医、地域包括支援センター、民生委員、市役所(介護保険手続き等)(5、11ページ～) 認知症の早期対応支援：初期集中支援チーム(9ページ) 認知症予防のための「脳を鍛えるわいわい活動」 受診、通院など：医療機関、認知症疾患医療センター 生きがいデイサービス 家族同士の情報交換、交流、学習の場：認知症介護家族のつどい(9ページ) 地域のサロン 日常生活自立支援事業(社会福祉協議会) 地域や職場で認知症の正しい理解「認知症サポーター養成講座」(10ページ) 行方不明への備え：「認知症高齢者等事前登録制度」「認知症高齢者等位置探索サービス(GPS)利用支援事業」(10ページ) まいづる老い支度ノート 居宅介護支援事業所、各種介護保険サービス、福祉サービス 認知症介護の相談も！ 小規模多機能型介護施設・グループデイ・グループホーム(13、14ページ) 老人保健施設・特別養護老人ホーム 認知症疾患医療センター(舞鶴医療センター)、東舞鶴医誠会病院認知症治療病棟 かかりつけ医往診・訪問看護 成年後見制度(11ページ)					